Giuseppe Ferraro

MANUALUL ARGILEI

EDIŢIE NOUĂ REVIZUITĂ

DESCOPERĂ ŞI ÎNVAŢĂ SĂ FOLOSEŞTI
CALITĂŢILE EXTRAORDINARE
ALE UNUI VECHI ŞI PUTERNIC
REMEDIU POPULAR

MANUALUL ARGILEI

Dr. Giuseppe Ferraro

Manualul Argilei

EDIŢIE NOUĂ REVIZUITĂ

Descoperă şi învaţă să foloseşti
calităţile extraordinare ale unui vechi
şi puternic remediu popular

Prezentarea noii ediții

Prima ediție „Manualul argilei" apare în anul 1987 iar în acea ediție era pus în primul plan aspectul terapeutic al argilei verzi. Imaginea de pe copertă, cu cele şapte planete asociate cu şapte organe ale corpului uman, avea să evoce oarecum acest aspect. În această ultimă ediție, fără a omite părți importante, a fost pus în evidență chiar şi aspectul cosmetic al argilei verzi, iar termenul "terapeutic", eficace dar serios, a fost înlocuit în multe puncte cu termenul "stare de bine" (wellness).

Paragrafele despre artroză, etc., au fost scoase şi pentru a compensa au fost introduse altele noi. Revizuirea textului a făcut ca lectura să fie mai uşoară. De asemenea, unele concepte de bază, de natură antropozofică, au fost aprofundate mai mult. A fost clarificată mai mult utilizarea argilei verzi şi pregătirea ei pentru sfera mentală, ritmică şi metabolică. Unii termeni tehnici au fost înlocuiți cu alții cu un înțeles mai comun. Au

fost clarificate mai bine rapoartele dintre argila verde şi cele şapte planete, şapte metale şi şapte organe ale corpului uman.

Polaritatea siliciu-calciu şi importanța ritmului sunt acum două paragrafe noi şi concise. În locul tradiționalului termen "plasture" sau "cataplasmă" a fost introdus unul nou „cremă mască de bază din argilă", mult mai simplist şi mai în ton cu beneficiile emulsionante ale acestei argile.

Au fost revizuite rețetele şi rubrica ce tratează afecțiunile şi problemele, iar în interiorul rubricii a fost introdus tratamentul radioactivității folosind argila verde.

Prezenta ediție este rodul experienței şi al observațiilor făcute de-a lungul anilor despre efectele pe care argila le are atât în plan cosmetic, cât şi asupra stării de bine.

Autorul

Introducere

S-a întâmplat în timpul unei cine împreună cu amicii când mi-a încolțit în minte ideea de a scrie o cărticică despre argilă, care să fie uşor de consultat, care să dea răspunsuri precise erboriştilor, farmaciştilor şi altora care utilizau şi recomandau argila, atât pentru cure cosmetice, cât şi curative. Aşa ia naştere "Manualul argilei".

Cartea începe cu nişte adevăruri despre argilă, din antichitate şi până în zilele noastre, care conturează un profil foarte original, chiar unic. Partea ce urmează prezintă pe scurt relația pe care această substanță naturală o are cu natura şi prin urmare, o revizuire a tuturor afecțiunilor şi problemelor cu care se confruntă un adult şi care prin folosirea argilei pot fi combătute, chiar şi problemele ce afectează tractul urinar.

Se pare că argila are capacitatea de a fortifia părul şi de a preveni căderea acestuia, de a îmbunătăți funcțiile sistemului senzorial, ochi, urechi, nas, de a

reînnoi epiderma prin aplicarea de măşti şi prin băi, de a alina durerile în general, de a neutraliza otrăvuri şi de a absorbi radicalii liberi şi radionucleele[1], de a acționa împotriva depresiei, asupra epuizării nervoase şi asupra oboselii, este o adevărată sursă naturală de minerale şi oligoelemente (microelemente), are proprietatea de a vindeca boli grave de piele ca ulcerul Buruli[2], de a încetini procesul de îmbătrânire a corpului şi a țesuturilor.

Argila, ca şi siliciul, principalul său component, a însoțit creşterea noastră în linişte şi neobservată, încă de la începuturile civilizației.

În industria materialelor de construcții ea este utilizată sub formă de țigle pentru acoperişurile caselor, aşadar pentru protecție, ca ciment pentru construirea de drumuri şi poduri şi ca liant; în industria chimică este utilizată ca şi filtru.

Se adaugă şi în furaje deoarece îmbunătățeşte tranzitul intestinal la bovine şi face blana animalelor mai lucioasă. Este un element important în agricultura biodinamică, este utilizată pentru producția de teracote care sunt instrumente indispensabile de uz

1 - G. Fusconi.Emanațiile radioactive şi contraacțiunea alimentară. Le scienze n°254 din 1989

2 - Ulcerul Buruli sau lepra Buruli e o maladie ce atacă pielea şi care a fost vindecat de către misionari prin diferite aplicații pe bază de argilă verde, www.buruli.com

casnic în bucătărie, absoarbe radioactivitatea.

Într-adevăr dacă este utilizată înainte şi după un tratament cobaltoterapeutic, previne arsurile pielii.

Lectură plăcută!

Introducere în ultima ediție

Acest manual a fost creat pentru a oferi erboriștilor, farmaciştilor, medicilor şi nutriționiştilor, fizioterapeuților, cosmeticienilor, maseurilor, reflexologilor, naturiştilor şi tuturor celor care sunt orientați spre mediul natural, un instrument de lucru şi cunoştințe elementare eficace. Mulți dintre aceşti profesionişti, după ce au experimentat numeroasele proprietăți curative şi cosmetice ale argilei verzi uscate la soare, ne-au solicitat în mod indirect realizarea unui astfel de manual. Scopul acestui manual este de a oferi indicații practice cu privire la utilizarea ei.

Sperăm ca abordarea aceasta să fie pe placul celor care au contribuit la realizarea materialului. Toate criticile şi sugestiile care pot îmbunătăți conținutul sunt bine venite.

Un prim „mulțumesc" se îndreaptă spre prietenul meu, Maurizio Sala care, cu inteligența sa vivace a dat un impuls fundamental conceperii prezentului

manual. Un alt mare „mulțumesc” se îndreaptă spre toți cei care experimentând conștiincios și cu atenție argila verde, contribuie la răspândirea și înțelegerea acestui element natural prețios.

Această ultimă ediție a fost revizuită față de precedenta și extinsă în mai multe puncte.

Introducere la ediția în limba română

În Italia manualul s-a născut pentru a furniza un instrument de muncă eficace erboliștilor, farmaciștilor, medicilor, nutriționiștilor, fizioterapeuților, cosmeticienilor, maseurilor, reflexologilor, naturiștilor şi tuturor celor care sunt orientați spre mediul natural şi care găsesc în argila verde un remediu elementar potent şi polivalent.

Ediția română a luat naştere mulțumită impulsului dat de dl. Emanuel Popa prin intermediul proiectului "PRONAT – hrană sănătoasă & remedii naturale", cu activitate inclusiv în domeniul produselor cosmetice naturale. PRONAT a preluat distribuția exclusivă a produselor ARGITAL în România.

Scopul prezentului volum este acela de a furniza indicații practice despre folosirea argilei verzi.

Primim cu entuziasm toate criticile şi sugestiile care pot îmbunătăți conținutul.

Capitolul 1
Argila din punct de vedere istoric

Argila este una din materiile cele mai vechi pe care omul le-a folosit încă din antichitate. În timpuri străvechi, datorită maleabilității şi plasticității ce o caracterizează, se produceau obiecte ceramice ornamentale, folosite la cele mai simple îndeletniciri domestice.

Primele consemnări istorice despre folosirea argilei în scopuri cosmetice reies din vremea Egiptului antic.

Pentru a face săpunul, egiptenii înlocuiau soda cu un amestec compus din carbonat de calciu şi argilă, şi după spusele unor istorici, aceasta din urmă era utilizată împreună cu alte substanțe pentru mumificarea cadavrelor.

O altă însemnare din acea epocă relatează că unele forme de durere erau vindecate cu noroi din fluviul Nil, ce conținea o anumită cantitate de argilă.

În timpul epocii egiptene, oamenii acționau nu în baza unei gândiri raționale, ci urmând forme de cunoaştere instinctive, care le permiteau să construiască piramidele şi să combine elemente ale naturii pentru a trata frumusețea şi boala.

Când vechii egipteni foloseau argila pentru a vin-

deca o traumă, o dislocare sau pentru a suda mai repede un membru ce a fost rupt, nu ştiau că argila posedă o capacitate de schimb cationic, că este bogată în siliciu şi aluminiu, şi că în compoziția ei sunt prezente atâtea alte metale.

Asemenea descoperiri ştiințifice apar în epoca noastră. În antichitate oamenii deținеau o cunoaştere instinctivă în baza căreia ştiau că folosind o mască din argilă pe un membru rupt, se accelera sudarea osului, aşa cum animalele au capacitatea de a distinge iarba bună de cea otravitoare datorită instinctului pe care îl au.

În secolele IV şi V î.Hr. Hipocrate vindeca durerile cu diferite feluri cu argilă. Plinius cel Bătrân în secolul I d.Hr., în lucrarea sa Naturalis Historia şi Dioscoride, medic grec, în tratatul său Materia Medica, recomandau argila ca şi remediu cu multiple beneficii. În secolul II Galeno, şi mai târziu în secolul XI Avicenna, medic şi filozof, în al său Canon al medicinei, recunosc în argilă un potențial remediu natural împotriva mai multor maladii.

În 1920, faimosul abate Kneipp repropune argila ca medicament revoluționar, natural şi foarte puternic, folosind următoarele cuvinte: „Argila vindecă inflamațiile, absoarbe tot ce e bolnav şi putred, vindecă răni şi ulcere. Este un medicament excelent în tratarea durerilor de cap, de umăr, a inflamațiilor şi a intoxicațiilor, etc...”

În secolul XX profesorul Julius Strumpf, medic berlinez, a folosit-o pentru a vindeca mai multe maladii, printre care şi holera asiatică din 1903.

În timpul războiului din 1915-1918, în armata franceză se folosea argila pentru a preveni dizenteria.

O figură marcantă a zilelor noastre, Gandhi, o utiliza personal sub formă de cataplasmă şi recomanda acest uz.

Jean Valnet, savant al medicinei naturiste, folosea cuvinte generoase şi era convins de multiplele proprietăți terapeutice ale argilei, declarând: „Argila stimulează organele ce nu sunt eficiente, mai mult cu prezența, decât cu masa. Aceasta acționează asupra glandelor endocrine, reglementează, face o acțiune excitantă, sau moderatoare după caz. Este de asemenea un antiparazitar puternic, după cum se poate foarte uşor constata dintr-o examinare de scaun."

Cel care mai mult decât oricine altcineva a sesizat esența terapeutică şi importanța pe care argila o are pentru om, pentru echilibrul natural şi pentru planetă a fost Rudolf Steiner:

> „O asemenea creştere excesivă a vegetalului în om trebuie să fie întotdeauna contracarată, tratând-o cu minerale provenite din formarea şisturilor, pentru că tot ce

aparține şisturilor reține vegetalul în om, în condiții normale, în aşa fel încât acesta normalizează în mod constant pe pământ existența vegetală. Aceasta se propagă proliferând în spațiu, dacă nu au fost ținute împreună, iradiații relative, minereuri rezultate în urma formării şisturilor."

(R. Steiner, „Întrebări umane şi răspunsuri cosmice", conferința a cincea, Dornach, 2 Iulie 1922, Revista Antroposofica, martie-aprilie 2006, Ed. Antroposofica, Milano).

Capitolul 2
Argila verde ventilată. Argila fină și argila densă

Termenul **ventilată** defineşte o argilă aerată şi necorporală, cu o granulometrie foarte mică, care de obicei este folosită pentru uz intern.

Argila aerată, datorită gradului mare de finețe, atunci când este dizolvată în apă poate elibera mult mai multe elemente, lucru pe care o argilă cu o granulometrie mai mare nu-l poate face.

Termenul **sol fin** indică un tip de argilă având o granulometrie scăzută şi regulată, dar mai mare decât a argilei ventilate. Este recomandată pentru uz extern.

Termenul **sol gras** indică un soi de argilă, o bucățică de marimea unei nuci, amestecată cu pulbere. Şi acest tip de argilă este recomandat pentru uz extern.

Când argila este introdusă în apă, o parte din ea nu se dizolvă şi se depune (sub formă de precipitat), în timp ce o altă parte rămâne suspendată, formând o soluție tulbure ce se numeşte apă argiloasă sau gel din argilă. Partea din argilă ce se depune sub formă de precipitat este compusă din siliciu cristalin şi din alte minerale insolubile; gelul este compus din argila pură cu toate mineralele şi microelementele solubile

din acea argilă.

Crema-mască din argilă sau cataplasma este un amestec din argilă şi apă în care pot fi prezente chiar şi alte substanţe, cum ar fi extractele din plante, uleiuri vegetale, uleiuri esenţiale, sucuri de fructe, infuzii etc.

Crema din argilă este o adevărată emulsie, unde emulgatorul este argila. Emulgatorul este o substanţă capabilă să omogenizeze două substanţe polare, care singure s-ar respinge reciproc şi s-ar separa, aşa cum se întâmplă cu apa şi uleiul. Crema poate fi preparată cu apă fiartă, caldă sau rece.

CUM SE CARACTERIZEAZĂ ARGILA

Testele cele mai frecvente efectuate pe argilă sunt:

1. Analiza chimică: serveşte la identificarea şi determinarea cantităţii în procente a principalilor constituenţi ce se găsesc într-un anume tip de argilă, cum sunt: siliciu, aluminiu, fier, titaniu, calciu, magneziu, potasiu, sodiu, sulf, fosfor.

2. Analiza mineralogică: arată dacă argila este monominerală, adică este compusă dintr-un singur mineral argilos, care poate fi de exemplu caolin sau bentonită, sau dacă este poliminerală, adică e compusă din diverse minerale argiloase, cum ar fi clorit, codin, bentonit, illit, smectite etc. Argilele poliminerale, în opinia noastră, sunt cele mai bogate şi cele care pro-

duc cea mai multă energie.

3. Capacitatea schimbului cationic - C.S.C. : arată capacitatea unei argile de a schimba oligoelemente şi săruri minerale cu ţesuturile cu care vine în contact. Dacă o argilă are o C.S.C. bine dezvoltată, atunci este vorba despre o argilă foarte activă, la fel şi reversul dacă aceasta are o C.S.C. scăzută.

4. Analiza chimică pentru determinarea celor 7 metale, în special : Argintul (Ag), Fierul (Fe), Mercurul (Hg), Staniul (Sn), Cuprul (Cu), Plumbul (Pb), Aurul (Au).

Cele şapte metale sunt conţinute de către argila verde, obiectul de studiu al prezentului volum, în cantităţi infime sau homeopatice. Datorită concentraţiei reduse, ele joacă un rol pozitiv atât în plan cosmetic, dar şi în cel al stării de bine.

5. Determinarea Ph-ului: Ph-ul indică dacă un anumit tip de argilă este acidă sau bazică.

O IMAGINE A ARGILEI POLIMINERALE

În funcţie de conţinutul în minerale argila se clasifică în monominerală sau polimineralâ. Argila polimineralâ, la fel ca şi cea monominerală are o structură cristalină bine definită, dar spre deosebire de aceasta, este constituită nu din unul ci din mai

multe minerale, ceea ce poate fi definit ca o identitate specifică lumii minerale.

Argila poliminerală este, de fapt, un organism mineral complex. Asa cum în corpul uman găsim inima, ficatul, rinichii, etc, tot aşa în argila poliminerală găsim siliciu, caolin, mică (mineral cristalizat), illit, smectită, calciu, fier, pe care le putem defini ca organe minerale, similare în funcţia lor organelor din corpul uman. Fiecare mineral are o acţiune specifică, cosmetică şi terapeutică. Aşa cum este adevărat că inima şi ficatul sunt organe foarte complexe, ce îndeplinesc funcţii specifice, la fel şi mineralele sau metalele prezente în argilă, la rândul lor sunt la fel de complexe şi joacă, de asemenea, un rol important pe plan cosmetic şi terapeutic.

Din acest punct de vedere argila poliminerală se poate considera un organism mineral mai elevat şi evoluat.

Aceasta nu e constituită dintr-un singur mineral, ca de exemplu sarea de masă, ce se găseşte în mare, sau carbonatul de calciu, ce formează anumite roci, ci dintr-un complex de minerale organice împletite armonios între ele.

Imaginea argilei poliminerale, ca organism mineral complex, va ajuta la o mai bună înţelegere a polivalenţei sale de acţiune, mai ales pe plan cosmetic şi terapeutic.

În argila poliminerală, spre deosebire de cea

monominerală, găsim o mulțime de elemente ca: siliciu, titan, calciu, magneziu, sodiu, potasiu, fosfor, sulf, argint, fier, mercur, staniu, cupru, plumb, aur etc. Unele dinte ele, de exemplu siliciul, sunt prezente în procent mai mare, spre deosebire de aur sau argint, care sunt prezente în cantități mai mici. Exact aceste cantități mici sunt cele care conferă argilei poliminerale o mare parte din proprietățile sale multiple și specifice.

IMPORTANȚA FIERULUI ÎN ARGILĂ

În natură există multe tipuri de argilă. Câteodată diferența este evidentă și se bazează pe diversitatea de culori: roșu, verde, galben, alb, galben-brun, negru etc. Cele mai comune sunt argila roșie și argila verde.

Culoarea roșie este dată de fierul trivalent din compoziția sa, în timp ce culoarea verde-cenușiu este dată de fierul bivalent din compoziție, două forme specifice ale acestui metal, care dezvăluie o realitate interesantă și ne face să înțelegem care dintre toate tipurile de argilă este considerată cea mai activă.

Fierul este elementul caracteristic planetei Marte și astfel ajung în organismul nostru aceste forțe planetare.

În sângele uman unul din constituenții principali este hemoglobina, o proteină complexă ce conferă sângelui culoarea roșie care conține fier. Acest metal

se combină cu oxigenul atunci când respirăm.

Când sângele este pompat în organism, oxigenul combinat cu fierul din hemoglobină este eliberat în țesuturi şi fierul revine la starea sa inițială.

Când sângele nostru este bogat în oxigen are culoare roşu intens, find numit sânge arterial. Când în schimb este bogat în dioxid de carbon este mai închis la culoare si este numit sânge venos. Prin fier şi prin respirație, în mod ritmic, oscilăm în mod continuu între Cosmos şi Pământ, printr-un proces de extindere şi contracție.

Argila, prin natura sa specifică, degajează o acțiune polivalentă pe plan terapeutic şi cosmetic. Dintre varietatea de argile, cea mai eficientă în acest context este cea de culoare verde, care este strâns legată de calitatea fierului prezent în ea.

Argila verde conține cea mai mare cantitate de fier bivalent, acelaşi tip de fier prezent în hemoglobină, cu rol în transportarea oxigenului în corpul nostru. Fierul bivalent se mai numeşte şi fier nesaturat, care este mult mai reactiv decât fierul saturat sau trivalent prezent în argila roşie. Deoarece corpul nostru poate asimila numai fier verde nesaturat, se poate spune că, în ceea ce priveşte fierul, argila verde este mai activă, şi prin urmare, de preferat.

Putem compara argila verde cu un lăstar în plin proces de creştere, şi cu o formă în continuă schimbare şi argila roşie, cu un lăstar la care forța de creştere

a stagnat, rămânând într-o formă imuabilă şi bine conturată.

ARGILA VERDE USCATĂ LA SOARE ŞI LA AER

Când argila este expusă la soare pentru un anumit timp se încarcă cu energie solară şi dă randament ţesuturilor, de fiecare dată când este utilizată ca şi cremă din argilă, sau pe cale orală.

Pentru a o putea expune la soare, este necesar mai întâi de toate să o scoatem din sol, o operaţiune care ridică argila la un anumit grad, deoarece înlătură forţele întunericului, o aduce în sfera de lumină şi apropie mai mult omul şi Cosmosul.

Când omul face săpături pentru a scoate argila din sol, pierde o parte din forţele sale în favoarea acestui mineral pentru că-l scoate din forţele întunericului şi-l încredinţează forţelor aerului şi luminii. Acest gest de iubire, argila îl recompensează cu mare generozitate atunci când este folosită. Argila expusă la soare se trezeşte după o lungă hibernare. Căldura şi lumina solară topesc şi dizolvă încet, încet acele foţe care au încătuşat-o în subsolul lumii minerale. Este povestea „Frumoasei din pădurea adormită" care este trezită de sărutul prinţului.

Expunerea la aer şi la oxigen fac argila să respire şi o încarcă cu acel element vital, oxigenul, capabil să

readucă orice lucru la viață.

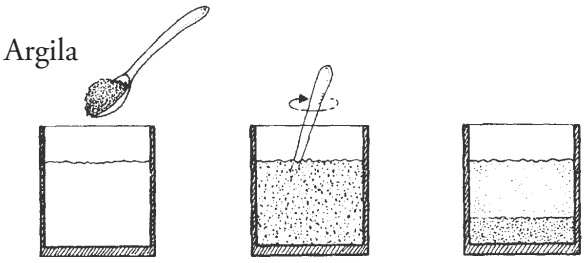
Este de ajuns să ne gândim la cărbune, condamnat să rămână nemişcat în sol, care atunci când se combină cu oxigenul, devine dioxid de carbon, un gaz capabil să se ridice la cer, liber să călătorească prin curenții de aer, de la un capăt la altul al pământului. În ceea ce priveşte argila, soarele înfăptuieşte primul miracol, iar oxigenul al doilea, redând-o mai uşoară şi mai eterică. E ca şi cum argila plină de forțele solare şi cele ale oxigenului îşi deschide aripile ce îi permit să se apropie de sfera de lumină.

Uscarea argilei la soare se poate asemui cu procesul de germinare. Precum germenul, şi argila, mângâiată de forțele cosmice, lumină şi căldură solară şi terestră şi oxigen se trezeşte dintr-un fel de amorțeală de vrajă şi se deschide şi înfloreşte precum florile, salutând întregul Univers.

ARGILA VERDE USCATĂ LA SOARE PENTRU UZ ORAL

„ Argila stimulează organele ce nu sunt eficiente, mai mult cu prezența, decât cu masa. Aceasta acționează asupra glandelor endocrine, reglementează, exercită o acțiune excitantă, sau moderatoare după caz. Este de asemenea un antiparazitar puternic, după cum se poate foarte ușor constata dintr-o examinare de scaun."

Jean Valnet



Descriem trei moduri de preparare şi folosire a argilei, destinate uzului oral.

1. Argila recomandată pentru sfera mentală, pentru sistemul nervos şi senzorial. Seara, înainte de culcare, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată sau normală, se adaugă o linguriță rasă de argilă verde aerată sau fină (fig.1). Se mestecă foarte bine în sensul acelor de ceasornic, pentru o jumătate de minut creând un vârtej. Se lasă să stea pe durata întregii nopți. În dimineața următoare se va găsi argilă pe fundul paharului (fig.2) iar apa de deasupra denumită „supernatantă" sau „gel din argilă" va fi limpede sau aproape limpede. Gradul de limpezime depinde de apă, dacă se foloseşte o apă moale este probabil ca dimineața apa supernatantă să fie încă puțin tulbure, dacă se foloseşte o apă mai dură, apa supernatantă va fi limpede. În ambele cazuri, nu constituie o problemă. Dimineața, la micul dejun, se lasă sedimentul pe fun-

dul paharului şi se bea doar apa ce conține urme ale bazei argilei.

Această metodă este indicată atunci când se doreşte rezolvare problemelor legate de sfera psihică.

2. Argila recomandată pentru sfera ritmică, inimă, plămâni, aparat circulator. Dimineața într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată sau normală, se adaugă o linguriță rasă de argilă verde aerată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic pentru o jumătate de minut creând un vârtej, se lasă să stea 5 minute şi se bea apa argiloasă care este tulbure, lăsând sedimentul pe fundul paharului[3]. Partea insolubilă a argilei se va depozita pe fundul paharului, iar partea solubilă va rămâne deasupra formând supernatantul sau gelul din argilă (fig.3). În acest caz, gelul din argilă va avea o concentrație mai mare decât gelul din argilă preparat pentru sfera mentală.

3. Argila recomandată pentru sfera metabolică, aparatul digestiv şi reproductiv.

Dimineața, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată sau normală, se adaugă o linguriță rasă de argilă verde aerată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, pentru o jumătate de minut, creând un vârtej, după care se bea întregul conținut al paharului. În acest caz se va bea atât partea solubilă cât

3 - Se recomandă sensul orar pentru cei ce trăiesc în emisfera nordică şi sensul anti-orar pentru cei ce trăiesc în emisfera sudică.

şi partea insolubilă a argilei.

ARGILA VERDE PENTRU UZ EXTERN

Într-un vas mic se varsă un pahar cu apă şi o linguriță de ulei de măsline extravirgin şi se amestecă bine cu o linguriță din oțel sau de lemn. În timp ce se omogenizează totul, se adaugă două pahare de argilă verde fină şi se amestecă până se obține consistența dorită.

Consistența se poate corecta prin adăugarea de argilă sau de apă.

Procedând astfel, se obține o cremă sau o mască pe bază de argilă, gata pentru utilizare cunoscută în mod tradițional sub numele de ipsos sau cataplasmă.

Crema poate fi îmbogățită cu miere, suc de mere sau suc de morcovi, în funcție de întrebuințare. Crema se va aplica direct pe piele, având grijă să se acopere cât mai mult din suprafața în cauză.

Stratul de cremă de argilă trebuie să fie egal sau mai mare decât o jumătate de centimetru. Crema de argilă, după caz, se aplică rece, caldă sau fierbinte. Se va acoperi suprafața în primul rând cu un prosop de hârtie şi peste acesta se va aplica o pânză de bumbac.

Se va folosi bumbacul când se doreşte păstrarea proaspătă a părții corpului vizată pentru tratament, şi se va folosi în schimb lâna, dacă se doreşte mai multă căldură. În alte cazuri, zona rămâne neacoperită. După

30-60 de minute de la aplicare, crema este îndepărtată.

Trebuie spus că, şi acest lucru se întâmplă foarte rar, dacă există o senzaţie persistentă de frig, în următoarele aplicaţii crema rece se va înlocui cu o cremă caldă.

Pe regiunea hepatică, rinichi, splină, stomac, în partea din spate a gâtului, pe umeri şi piept, crema de argilă trebuie aplicată întotdeauna caldă sau fierbinte.

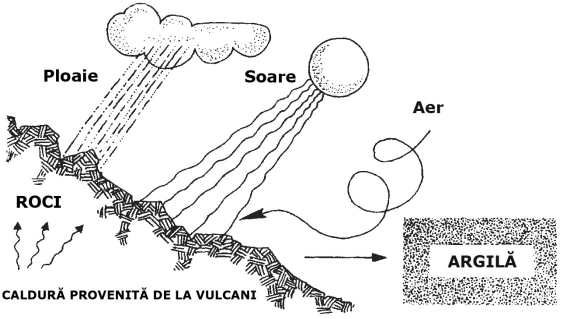
Crema de argilă se aplică direct pe piele. În caz de rănire, se va utiliza argila aerată pentru uz oral, în locul celei fine. Între rană şi cremă se poate aplica un tifon, cu ochiuri largi.

Durata de aplicare poate varia de la 30 de minute la o noapte întreagă, şi va fi specificată mai târziu, de la caz la caz.

Este posibil să aveţi nevoie să aplicaţi această cremă de mai multe ori pe parcursul unei zile. În acest caz este bine să lăsaţi să treacă cel puţin două ore între aplicaţii. După utilizare trebuie să aruncaţi crema, pentru că este impregnată cu toate stările negative. Bandajele şi cârpele pot fi spălate şi refolosite. Argila aerată poate fi utilizată pentru prepararea cremei sau ca pudră de talc, pentru prevenirea transpiraţiei excesive a picioarelor, în special pentru micoza piciorului. În acest caz, argila are o acţiune antiinflamatoare şi vindecătoare.

Capitolul 3
Argila și forțele naturii

Potrivit mineralogiei, argila a fost formată prin acțiunea elementelor atmosferice şi terestre, aceste roci primordiale fiind numite feldspat.



Dintr-un corp tare ca piatra s-a format o nouă substanță - argila, moale şi plastică. Această idee reflectă conceptul de evoluție darwinist, conform căruia din materia primară neînsuflețită, printr-un proces foarte complex, au aparut toate viețuitoarele şi omul.

Evoluția darwinismului merge de la moarte la viață, de la neînsuflețit la viu.

Acesta este, în linii mari, punctul de vedere ştiinţific al evoluţiei, care este şi azi destul de controversat. Alături de aceasta punem viziunea spiritual-ştiinţifică conform căreia prima dată apare omul ca şi fiinţă animată şi după el regnurile din natură, inclusiv argila. Întreaga planetă şi omul, conform ştiinţei spiritului, sunt rezultatul forţelor de natură spirituală în jurul căreia s-a organizat materia pentru a crea toate fiinţele. Corpul uman şi cele ştiute de noi astăzi sunt rezultatul unui proces de răcire şi de diferenţiere, care a transformat aceste organisme, de la o stare iniţială de căldură pură, la o a doua stare mai rece, de lumină, apoi la a treia şi mai rece, pe care o putem defini apoasă sau de sunet, şi în cele din urmă la starea cea mai rece dintre toate, cel salin care în ziua de azi caracterizează pământul şi omul.

Pe plan ştiinţific e împărtăşită ideea că evoluţia cosmică duce inexorabil la răcirea materiei şi, prin urmare, la întărirea acesteia.

Chiar şi organismul omului este răcit şi călit lent. Un exemplu în acest sens poate fi dedus din observarea copilului şi bătrânului, două momente ale existenţei noastre, opuse şi polare. În copil sunt evidente şi palpabile două elemente: căldura şi moliciunea sau apa din corp. La vârstnici aceleaşi două elemente sunt destul de diferite, există mai puţină căldură şi rigiditate şi salinitate mai mare.

Știința spirituală sau antroposofia a fost fondată de Rudolf Steiner.

Întregul univers, şi argila împreună cu el, urmărește un proces continuu de răcire şi nu invers. Se poate accepta ideea că într-un organism de căldură, aşa cum a fost odată pământul, de-a lungul etapelor ulterioare de răcire şi condensare s-au născut şi s-au diferențiat diferitele regnuri ale naturii şi odată cu ele şi diferite elemente: apa, rocile, argila. În lumina acestei viziuni înțelegem și evoluția, care trece de la o stare cu mai multă căldură la o stare cu mai puțină căldură; trece de la viață la moarte şi nu invers.

Pentru a reveni la argilă putem spune că, spre deosebire de multe alte minerale, aceasta se află într-o stare intermediară între lichid şi solid, iar datorită naturii sale coloidale şi elastice, ea prezintă o mare versatilitate în plan terapeutic şi cosmetic.

GENUL ŞI ACŢIUNEA POLIVALENTĂ A ARGILEI

Argila, graţie naturii sale coloidale unice similară cu cea a proteinei, este un puternic produs anti-îmbătrânire, care încetineşte procesele normale de îmbătrânire ale corpului.

În cremele tradiţionale de faţă pentru combaterea ridurilor, se foloseşte ca incredient activ colagenul, o proteină animală. Argila, deşi nu este o proteină, efectuează o acţiune similară.

Cum poate o substanţă ca şi argila, să aibă roluri foarte diferite şi să poată acţiona atât de eficient în diferite afecţiuni şi asupra petelor? Care este motivul?

Dacă se face o cercetare privind natura antroposofică asupra genezei acesteia, se descoperă că argila, chiar dacă azi face parte din lumea mineralelor, nu a avut de fapt o origine minerală ci una vegetală. Într-un trecut foarte îndepărtat, s-a născut un embrion ce conţinea în interior tot ceea ce mai târziu a devenit regnul vegetal. Din acest embrion care în viitor a generat regnul vegetal s-a desprins o parte care a dat curs unui proces de scleroză (întărire patologică a ţesuturilor) şi ce a generat naşterea întregii lumi a argilei. Putem presupune că pe pământ, datorită acestui eveniment special, există în prezent tot atâtea tipuri de argilă câte specii vegetale; numeroase specii de plante au condus la tot atâtea tipuri de argilă! Urmând firul nostru

putem crede că argila conține în ea toate acele forțe de natură cosmetică şi terapeutică prezente în întreaga lume a plantelor. Dacă vom investiga pentru a înțelege ce rol joacă pentru plante, animale, oameni şi planetă, vom descoperi că fără argilă regnurile naturale, omul şi planeta nu ar mai fi ceea ce sunt.

În natură, forțele argilei țin împreună lumea mineralelor, acțiune cu caracter obligatoriu, reglează creşterea plantelor în spațiu - acțiune structurantă, sunt o sursă importantă de minerale - acțiune hrănitoare, sunt un antidot împotriva otrăvurilor pentru animale şi om - acțiune protectoare, încetinesc procesul de îmbătrânire al organismului uman - acțiune anti-îmbătrânire, sunt o parte importantă a sistemului imunitar al pământului văzut ca un organism viu - acțiune preventivă.

ACȚIUNEA ARGILEI ASUPRA ORGANISMUL UMAN

Tab. 1

PĂMÂNT	***OM***
munți	Schelet
argilă	Glande
apă	Sânge şi sistem limfatic

Unul dintre motivele care explică în parte misterul polivalenței de acțiune al argilei este că, din punct de vedere evoluționist, ea a rămas într-o etapă intermediară între lichid şi solid. Argila nu s-a răcit în totalitate aşa că este moale şi plastică, două atribute, mociunea şi plasticitatea, ce indică prezența forțelor de căldură în interiorul ei. Procesul de răcire cosmică ce a subjugat atât Terra cât şi pe om a determinat apariția unor condiții specifice în amândouă.

În om s-a format scheletul şi pe pământ au apărut munții, adică scheletul planetei. La om a apărut sângele şi limfa, iar pe pământ au apărut oceanele, lichide similare sistemului nostru circulator şi limfatic. În om s-au format organele şi glandele, pe pământ au apărut argile moi şi plastice, întocmai ca organele. O astfel de viziune evolutivă a omului şi a pământului ne ajută să înțelegem de ce argila acționează benefic pentru consolidarea aparatului scheletic datorită calciului, pentru schimbarea calității sângelui datorită fierului, cât şi pentru organe şi glande, reechilibrând funcțiile fiziologice datorită plasticității sale. Aceste corespondențe terapeutice între argilă şi diferitele părți ale corpului nostru erau cunoscute şi în medicina antică.

ARGILA ŞI CELE ŞAPTE METALE

Acțiunea polivalentă a argilei este legată nu numai

de rezistența plastică și de starea coloidală a proteinelor, ci și de prezența celor șapte metale, legate de cele șapte planete, legate și ele la rândul lor de cele șapte organe ale corpului uman. Pe scurt, există o relație strânsă la nivel terapeutic, a celor șapte metale conținute de argila verde, cele șapte planete și cele șapte organe ale corpului uman. O asemenea acțiune polivalentă poate fi înțeleasă dacă se sesizează legăturile dintre argilă, cele șapte metale, cele șapte planete și șapte organe în conformitate cu învățăturile științei spirituale și homeopatice.

Am spus deja că forțele care acționează în argilă sunt forțe de natură solară, care o păstrează într-o stare plastică, astfel încât acțiunea sa benefică se îndreaptă în special spre organe, sistem endocrin si metabolism.

Glandele ca tiroida sau timusul și organele ca ficatul, rinichii, splina etc. au o textură moale, deoarece acestea încă mai conțin forțe de căldură și formează partea tânără a corpului nostru, spre deosebire de schelet, rigid și dur, care este în schimb partea veche a corpului nostru.

În corpul nostru întregul proces de creștere și metabolismul sunt strâns legate de organe, iar argila, acționând asupra lor, ne reglează activitatea.

Este bine cunoscut – din experiența medicală homeopatică – faptul că un ficat hiperactiv se regularizează luând staniu diluat în mod corespunzător și injectat, o inimă tulburată se poate calma prin ad-

ministrarea de aur diluat şi potenţat, adică în formă homeopată; insuficienţa renală este atenuată de administrarea cuprului, care este, de asemenea, diluat şi potenţat.

Metalele în formă homeopatică au o acţiune specifică pentru echilibrarea trupurilor noastre prin stimularea sau inhibarea funcţiei, după caz. Omul, datorită evoluţiei sale cosmice unice, poartă în sine, metamorfozat în mod corespunzător, întregul univers, iar acesta din urmă acţionează în el din interior, prin organe. Din acest motiv el nu este supus influenţelor întregului cosmos, aşa cum se întâmplă cu plantele şi animalele asupra cărora forţele cosmice acţionează din exterior. Chiar şi forţele diferitelor planete cum ar fi Saturn, Marte, Jupiter, Venus, Mercur, Luna, Soarele acţionează asupra omului în principal din interior spre exterior şi invers asupra naturii. În om, cosmosul acţionează din interior, prin intermediul organelor, iar în natură acţionează din exterior, prin intermediul planetelor.

Această particularitate pune fiinţa umană pe un plan foarte special, comparativ cu plantele, animalele sau mineralele.

De exemplu, forţele lunare acţionează asupra noastră prin creier şi aparatul genital, în timp ce forţele lui Marte acţinează prin vezica biliară iar cele ale lui Mercur prin plămâni.

Argila verde conţine şapte metale în cantităţi mici,

putând reglementa activitatea acestor organe. Când se bea argilă este ca şi cum cineva şi-ar asuma un preparat homeopatic din aceste metale. Pregătirea argilei aerate (ventilată sau fină) pentru uz oral este un fel de preparare homeopatică, pentru că amestecarea cu o lingură în apă este o formă de bază de potențare.

Ceea ce acționează în argilă nu se bazează atât de mult pe masa materiei, ci pe calitatea materiei în sine. Când se bea argila aerată este ca și cum ea aduce în interiorul nostru un mesaj cosmic în mod direct spre organe şi spre sistemul nostru glandular. Şi baia cu argilă aduce pe pielea noastră așa-zisele forțe planetare. Aici se află polivalența de acțiune a argilei.

În tabelul de mai jos sunt expuse corespondențele dintre planete, metale, organele corpului uman, culori şi note muzicale.

Tab. 2

Planete	*Metale*	*Organe*	*Culori*	*Note muzicale*
Soare	Aur	Inimă	Alb	La
Luna	Argint	Sist. nervos-Ap. genital	Violet	Si
Marte	Fier	Vezica biliară	Roşu	Do
Mercur	Mercur	Plămâni	Galben	Re
Jupiter	Staniu	Ficat	Portocaliu	Mi
Venus	Cupru	Rinichi	Verde	Fa
Saturn	Plumb	Splină	Albastru	Sol

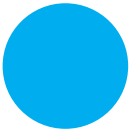
POLARITATEA SILICIU-CALCIU

Una dintre caracteristicile argilei este capacitatea sa de a se lega simultan cu substanțe grase, numite lipofile şi substanțe apoase, numite hidrofile. Acest comportament dezvăluie natura sa polară şi o face un emulgator natural. Emulgatorul este o substanță capabilă să se lege atat cu uleiul cât şi cu apa, formând un amestec omogen numit cremă. Și laptele care se bea este o emulsie naturală care conține apă şi grăsime.

În argilă putem găsi un pol cosmic şi unul terestru, primul este reprezentat de siliciu, al doilea este reprezentat de calcar. Argila este capabilă să armonizeze aceste forțe diametral opuse.

În om, o accentuată polaritate cosmică de natură silicioasă se manifestă print-o mare detaşare față de lume şi, în general, de lucrurile pământeşti. În omul silicios pe de o parte trăiește impulsul care-l împinge spre pragul lumii spirituale şi pe de altă parte sufletul îi este copleşit de suferința ce derivă din dorința de a învinge lumea dorințelor şi plăcerilor atât de adânc înrădăcinată în noi. Un exemplu este dat de mistici.

Întotdeauna în om, o polaritatea terestră accentuată datorată calciului, se manifestă printr-un ataşament extrem față de viață, în general.



POL COSMIC – SILICIU /culoare albastră
GÂNDIRE

ARGILA / culoare verde
FRUNZĂ - VIAȚĂ

POL TERESTRU - CALCIU/culoare roșie
DORINȚĂ

Calciul este lăcomia, este lumea dorințelor şi plăcerilor, este dorința de a poseda şi de a fi posedat, este dorința de a lua legătura cu tot şi cu toți.

Calciul și siliciul, atât de diferite prin natura şi manifestările lor, coexistă paşnic în argilă.

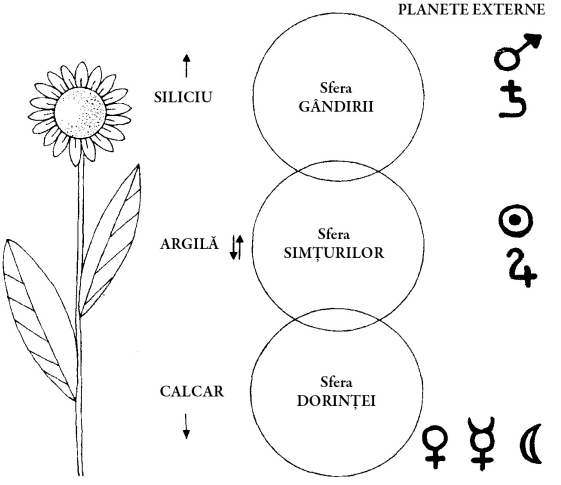
DIVIZIUNEA TRIPARTITĂ ÎN ARGILA VERDE

Argila, pe lângă polaritatea siliciu-calciu prezintă şi o imagine tripartită. Pentru a explica mai bine acest concept de natură antroposofică, putem face o comparație cu lumea plantelor.

În pământ există un calcar ce prinde planta prin

rădăcini şi o înlănţuie în pământ. Pe pământ acţionează forţele siliciului care prin intermediul florii, tind să se rupă de puterea pământului pentru a se apropia mai mult de Cosmos. În mijloc găsim frunza care, datorită forţelor argilei armonizează şi ţine împreună aceste două tendinţe opuse. Prin calcar acţionează, în natură şi în om, forţele aşa-ziselor planete interne: Luna, Mercur, Venus, în timp ce prin siliciu acţionează forţe ale planetelor exterioare: Marte, Jupiter, Saturn.

Argila, cu plasticitatea sa, stă în mijloc şi, precum soarele în Cosmos armonizează activitatea variilor planete, aceasta la rândul său armonizează forţele calcarului şi pe cele ale siliciului.



Atunci când se descrie argila ca un regulator major al metabolismului, este recunoscută natura sa solară

și capacitatea mare de a armoniza tendințe contradictorii. Pentru a mai da un exemplu, putem compara activitatea regulatoare pe care argila o are în sistemul cardiac. Inima din om armonizează în mod constant pe de o parte activitatea distructivă legată de creierul nostru și pe altă parte activitatea regeneratoare legată de intestinele și de organele noastre.

Argila verde, datorită compoziției sale speciale, este o substanță ce dă rezultate bune, atât în abordarea problemelor ce țin de zona psihică și senzorială, cât și în abordarea problemelor ce țin de sfera ritmică, inimă și plămâni și a celor ce țin de sistemul metabolic, aparat digestiv și reproductiv.

Aceasta echilibrează și întăreşte aceste trei sfere: gândirea și simțurile, prin proprietățile siliciului, sistemului circulator și respirator prin proprietățile aluminiului și fierului și sistemul metabolic prin calciu.

CONSIDERENTE DESPRE GELUL DIN ARGILĂ

Când argila este dizolvată în apă se observă un fenomen special. Partea insolubilă constituită din impurități, se sedimentează, în timp ce argila pură rămâne în suspensie formând așa-numitul gel din argilă, un coloid care arată ca o soluție tulbure.

Faptul că argila este capabilă să genereze un gel, dezvăluie diferite aspecte ale naturii sale:

- ca mineral, nu s-a întărit complet;
- conține în ea forțe particulare ce o țin suspendată în apă şi îi permit să învingă gravitația, care prin natura sa, întăreşte şi învecheşte;
- gelul din argilă, prin calitățile sale plastice, reaminteşte din punct de vedere al ştiinței, de spirit, evocând un vechi stadiu planetar terestru, caracterizat de multă căldură, de forme naturale şi umane încă nedefinite şi neînrudite cu scheletul.

Argila, spre deosebire de rocile care s-au întărit şi cristalizat, a rămas în urmă în procesul evolutiv şi a păstrat o formă moale, plastică, ce o distinge dintre toate celelalte minerale şi o face pe plan funcțional un potențial produs anti-îmbătrânire.

RITMUL ŞI ARGILA

În natură multe fenomene sunt legate de ritmuri specifice, la rândul lor legate de ritmuri universale mai ample. Anotimpurile se succed cu un anumit ritm. Soarele, luna şi alte corpuri celeste, inclusiv Terra, evoluează în funcție de propriul ritm.

Starea noastră de bine oscilează continuu între boală şi sănătate, iar acest lucru este un fel de ritm. Viața mineralelor, plantelor, animalelor e guvernată de ritmul cosmic.

Multe dintre problemele cu care ne confruntăm astăzi, îşi au cauzele în lipsa de ritm.

Fiecare dintre noi îşi reînnoieşte corpul o dată la 7 ani, după un ritm planetar şi îşi reînnoieşte pielea la fiecare 28 de zile, în urma ritmului lunar.

Argila, din cauza naturii şi compoziției sale specifice, este purtătoare de forțe ritmice.

Chiar dacă omul este singura ființă umană în tot sistemul planetar care în anumite limite este scos din ritmul natural şi care şi-a creat propriul ritm intern, utilizarea argilei îl ajută să țină pasul.

CÂTEVA REȚETE CU ARGILĂ VERDE

Mască de bază sau cremă din argilă

Un pahar de argilă verde aerată sau fină, o linguriță de miere, o linguriță de ulei de măsline extravirgin, ½ pahar apă minerală[4]. Patru substanțe naturale bogate în forțe de lumină și de căldură solară.

Într-o cană cu apă minerală se dizolvă mierea, se adaugă uleiul şi se omogenizează totul cu o lingură din oțel inoxidabil sau din lemn, apoi se încorporează treptat o lingură de argilă verde fină, continuând să mestecați energic până când se obține o cremă omogenă şi clară: cremă din argilă sau mască de bază.

Avertisment: Dacă după câteva minute de la aplicarea cremei, începeți să simțiți că vă trage pielea, este o reacție normală. După îndepărtarea măştii de bază, pielea se poate înroşi, însă şi acest lucru este o reacție normală pentru anumite tipuri de piele.

În cazul pielii foarte sensibile, se poate simți o uşoară mâncărime însoțită de roşeață, care însă va dispărea după ce masca de bază va fi înlăturată; şi aceasta este o reacție normală.

4 - Vă recomandăm să utilizați apă minerală pentru că azi apa din rețelele de apă are un anume grad de duritate, conține şi clor, necesar pentru a preveni contaminarea cu bacterii. Calitatea apei este esențială.

Important: După câteva minute de la aplicare, veți avea un sentiment de prospețime și de relaxare a pielii, iar după înlăturarea măștii de bază, veți observa că pielea a devenit mai moale, mai fină și mai catifelată.

Sfat pentru o mai bună utilizare: Cu ajutorul unei spatule întindeți masca de bază pe față, nas și frunte, lăsați să acționeze atât cât specifică rețeta, iar când o îndepărtați, curățați fața folosind un burete înmuiat în apă călduță.

Mască pentru ten uscat

La masca de bază adăugați două linguri de infuzie de frunze de ceai de nalbă[5], ¼ linguriță de ulei de măceșe, ulei de limba-mielului, ulei de măsline sau de migdale dulci și omogenizați totul. Opțional se pot adăuga 1-3 picături de ulei esențial din lemn de santal[6].

Timp de aplicare - 3 minute.

Mască pentru ten normal

La masca de bază se adaugă, dacă avem la îndemână, 1-3 picături ulei esențial de levănțică.

Timp de aplicare - 5 minute.

Mască pentru ten gras, acnee și coșuri

La masca de bază se adaugă o lingură de suc

5 - Infuziile se prepară instant.

6 - Dacă e nevoie, mai adăugați puțină argilă verde pentru a da mai multă consistență măștii sau cremei din argilă.

de lămâie sau de grapefruit proaspăt stors şi se omogenizează totul. Optional puteți adăuga 1-3 picături de ulei de lămâie sau grapefruit.

Timp de aplicare - 10 minute.

Masca pentru gât (hidratantă, elasticizantă)

La masca de bază, se adaugă 2 linguri de lapte de soia, gel de aloe sau infuzie din frunze de nalbă. Opțional, puteți adăuga 1-3 picături de ulei esențial din lemn de santal sau trandafir..

Timp de aplicare - 10 minute.

Mască pentru bust
(pentru fermitatea pielii–împotriva vergeturilor)

La masca de bază se adaugă o linguriță de ulei de măceşe, două linguri de infuzie din frunze de salvie, flori de violete sau petale de trandafir roşu şi se omogenizează totul. Opțional adăugați 1-3 picături de ulei esențial de trandafir, ylang-ylang sau muşcată.

Timp de aplicare - 10 minute.

Mască pentru fese
(de întărire – împotriva vergeturilor)

La masca de bază se adaugă o linguriță de ulei de măceşe, două linguri de suc proaspăt de gutui sau de mere verzi. Opțional se adaugă 1-3 picături de ulei esențial de rozmarin sau de levănțică.

Timp de aplicare - 30 de minute.

Mască pentru abdomen
(împotriva umflării şi vergeturilor)

La masca de bază se daugă o linguriță de ulei de măceşe, două linguri de ulei de ricin şi se omogenizează totul. Opțional se poate adauga ulei esențial de anason sau fenicul.

Timp de aplicare - 20-30 de minute.

Mască pentru spate (relaxantă)

La masca de bază se daugă două linguri de infuzie din flori şi frunze de arnică de munte sau creţuşcă sau o lingură de ulei de arnică şi se omogenizează totul. Opțional se adaugă 1-3 picături de ulei esențial de roiniță sau de levănțică.

Timp de aplicare - 30-60 de minute sau peste noapte.

Mască pentru vergeturi

La masca de bază se daugă două linguri de suc de morcovi, o linguriță de ulei de măceşe şi se omogenizează totul. Opțional se pot adauga 1-3 picături de ulei esențial de levănțică sau paciuli.

Timp de aplicare - 30 de minute.

Mască pentru păr (dă volum şi fortifiază părul)

La masca de bază se daugă 4 linguri din ceai de plante de Coada Calului şi se omogenizează totul. Această mască trebuie să fie suficient de lichidă pentru

a fi uşor de aplicat pe păr şi pe scalp. Opțional adăugați 1-3 picături de ulei esențial de muşcată, chiparos sau ylang-ylang. Timp de aplicare - 5-10 minute. Pe părul umed aplicați masca asigurându-vă că aceasta acoperă bine şi părul şi scalpul, apoi acoperiți cu o bonetă. După 5-10 minute de la aplicare se clăteşte cu apă caldă şi opțional se spală cu şampon, pentru înlăturarea argilei.

Baie anticelulită

În cada plină cu apă se adaugă 4 mâini de argilă verde fină. De îndată ce argila intră în contact cu apa caldă, se dispersează instantaneu în toată cada şi iese la suprafață, formând un fel de nor. Mişcarea braţelor şi a picioarelor în timpul băii este suficientă pentru a menține argila în stare de suspensie. Se pot adăuga 5-10 picături de ulei esențial de grapefruit, lămâie, geromium sau levănțică. Baia cu argilă nu murdăreşte pielea, aşa că recomandăm să nu vă clătiți când ieşiți din cadă. Veți constata cu plăcere cum pielea devine netedă. Puteți curăța cada de depunerile de argilă cu un jet de apă de la duş. Argila nu va înfunda instalația de scurgere a apei.

Spălările vaginale

Într-un lighean sau bideu cu apă caldă se pune o lingură de argilă verde aerată şi se amestecă. Cu această soluție argiloasă se fac spălări şi irigări. În acest ultim

caz, este necesar să vărsați soluția într-o seringă de cauciuc sau un irigator vaginal corespunzător.

După spălare sau irigare nu este necesar să clătiți.

Băi relaxante pentru mâini și picioare

Într-un lighean sau bideu cu apă caldă se pune o lingură de argilă verde fină, se bagă picioarele masându-le prin frecare unul de altul. Faceți la fel și cu mâinile. Le scoateți atunci când apa s-a răcit. Opțional se pot adauga 1-3 picături de ulei esențial de roiniță sau levănțică.

CAPITOLUL IV
Câteva sfaturi pentru folosirea corectă a argilei verzi

În paginile următoare sunt prezentate afecțiunile şi petele inestetice care pot fi tratate cu argilă şi cu câteva produse care sunt derivate din aceasta.

Este indicată folosirea tratamentului specific fiecărui caz. Sfaturile următoare au ca scop să ofere maximum de indicații pentru folosirea corectă a argilei, dar întotdeauna se recomandă consultarea unui specialist.

Aciditate la stomac

Dimineața la micul-dejun, la prânz, după-masă, seara sau înainte de culcare, se dizolvă într-un pahar cu apă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, se mestecă bine şi se bea întreg conținutul. Alternativ se pot lua două capsule sau două comprimate de argilă verde, de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun sau înainte de prima masă. (Datorită pH-ului său scăzut, argila verde tamponează aciditatea).

2 comprese cu argilă verde înainte de prima masă.

Masca se aplică pe zona stomacului şi se lasă să acționeze 30-60 de minute în fiecare zi, până la obținerea rezultatului dorit. (vezi rețeta)

Sunt indicate băile cu apă caldă şi argilă verde o dată sau de două ori pe săptamână. (vezi rețeta)

Acnee

Masca pentru ten gras se aplică o dată pe zi în zona afectată şi se lasă să acționeze 5, maximum 30 de minute. Se urmează tratamentul timp de o lună, până la obținerea rezultatului dorit.

Continuați tratamentul în zile alternative timp de încă două luni. O variantă viabilă a măştii făcută acasă este dintr-un produs similar care se găseşte deja pe piață. Se iau două capsule de argilă verde înainte de prima masă, timp de două luni; timp de două luni, dimineața, la micul dejun, se pune într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată o linguriță rasă de argilă verde aerată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, după care se bea supranatantul sau apa argiloasă obținută. Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Balonare

Dimineața, la micul dejun, dizolvați într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată o linguriță rasă

de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă să stea 5 minute, apoi se bea supranatantul sau apa argiloasă. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Afonie – Pierderea vocii

Masca de bază caldă, se aplică şi se ține acoperită pe gât timp de 20 de minute. Se reia procedura de două ori pe zi, dimineața şi seara.

Afte

Se dizolvă argila verde aerată sau fină pentru uz oral într-un pahar cu apă călduță şi se clătește gura cu această suspensie, dimineața şi seara înainte de culcare. Dacă afta este pe gingie, pe buze, sau pe față, seara înainte de culcare se poate aplica preventiv pe zona afectată argilă fină pentru utilizare pe cale orală, preventiv, amestecată cu apă şi ulei de măsline extravirgin.

Continuați tratamentul până la vindecare. Pe toată durata tratamentului, dimineața la micul dejun, se dizolvă într-un pahar cu apă minerală o linguriță rasă de argilă verde fină pentru utilizare pe cale orală, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă să stea 5 minute, după care se bea supranatantul sau apa argiloasă. Aternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Alcoolism

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se bea întreg conținutul, de 3 ori pe zi înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi înainte de mesele principale.

Se aplică o mască călduță pe zona hepatică, o dată pe zi. Se lasă să acționeze acoperită timp de 30-60 de minute.

Halitoza

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Două comprimate de argilă verde se iau cu jumătate de oră înainte de fiecare masă principală, timp de o lună.

Alergie

Tratamentul trebuie început iarna şi se întinde pe toată durata primăverii.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată sau fină pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată,

se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale. Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Anemie

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde fină pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale. Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Arterioscleroza

Se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde fină pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei.

Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale. Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Alte dureri

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua două capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se aplică masca pe zona afectată de durere. Se ține acoperită timp de 30-60 minute în fiecare zi până la ameliorare.

Se recomandă baie cu argilă verde fină de două ori pe săptămână.

Artroza

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se aplică masca pe zona afectată. Se ține acoperită timp de 30-60 minute în fiecare zi până la ameliorare.

Se recomandă baie cu argilă verde fină de două ori pe săptămână.

Abcese

De 3 ori pe zi înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Masca de bază se aplică în exterior şi nu trebuie acoperită. Se lasă timp de 30 de minute să acționeze.

Continuați acest tratament chiar şi de 2 ori pe zi până când abcesul este aproape uscat, apoi continuați cu aplicarea măştii de bază şi în următoarele zile, până la vindecarea completă.

Căderea de calciu

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Ca alternativă, dimineața la micul dejun se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea apa argiloasă. Opțional, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se aplică masca pe piept şi se lasă 20 de minute alternând zilele.

Căderea părului

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Alternând zilele, se aplică masca pe păr şi se lasă 5-10 minute. Acest tratament trebuie efectuat cel puțin o dată pe lună.

Carii / Durere de dinți

Pentru a atenua durerea (dinților), mai ales noaptea, argila verde fină pentru utilizare pe cale orală, amestecată cu apă minerală decarbogazificată se aplică direct pe carie. Acest tratament este în mod evident doar simptomatic, vizita la medicul stomatolog este obligatorie.

Indigestie

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5

minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se administrează 2 comprimate de argilă verde după mesele principale, urmate de jumătate de pahar de apă călduță.

Cefalee

Masca se aplica în zona abdominală până în zona pubiană şi se ține acoperită 30 de minute. În timpul fazei acute a durerii, se poate repeta aplicarea măştii chiar de două ori în aceeaşi zi.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Celulită

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se aplică masca pentru tratarea celulitei în zile alternative. (vezi rețeta)

Cistita

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața la micul-dejun şi înainte de mesele principale.

Se aplică masca timp de 30-60 minute în regiunea pubiană în fiecare zi, până la vindecare.

Colesterol

De 3 ori pe zi înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde pentru uz oral într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul până când valorile revin la nivelul normal, deci se continuă tratamentul atât cât este necesar, însă doar dimineața, la micul dejun.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe

săptămână.

Colici intestinale

Se aplică masca călduță sau fierbinte pe partea inferioară a abdomenului şi se ține acoperită timp de 30-60 minute. Tratamentul se continuă până la ameliorarea simptomelor.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Colită

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină 1 dată pe zi, dimineața la micul-dejun. 2 comprimate de argilă verde înainte de prima masă. Se aplică masca calduță pe partea inferioară a abdomenului şi se ține acoperită timp de 30-60 minute. Tratamentul se continuă până la ameliorarea simptomelor.

Contuzii

Se aplică masca şi se ține 30-60 minute în fiecare zi, chiar şi de două ori pe zi până la vindecarea acestora.

Se recomandă combinarea cremei cu arnică cu uleiul cu arnică pentru masarea părții afectate.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Cuperoze

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Masca se aplică pe față în zilele alternative şi se lasă să acționeze timp de 5-10 minute.

Decalcifiere

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală

decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Demineralizare

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Dermopatie - boli de piele

Dimineața la micul-dejun se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se aplică masca de bază în zilele alternative.

Diaree

Se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Dizlocări

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 minute în fiecare zi, până când durerea dispare. Se continuă tratamentul încă o lună după ameliorarea durerii.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Dureri articulare

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute în fiecare zi, până când durerea dispare. Se continuă aplicarea tratamentului timp de încă o lună

după ameliorarea durerii.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se recomandă baie cu argilă verde fină de 2 ori pe săptămână.

Dureri de burtă
(la fel ca şi pentru colica intestinală)

Eczema

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Masca se ține timp de 30 de minute până la ameliorarea simptomelor.

Edem – Umflare a țesuturilor şi stagnare în acumularea de lichid seros

Masca se ține timp de 30 de minute până la amelio-

rarea simptomelor.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Hematom

(la fel ca şi pentru contuzii)

Dureri de cap

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața la micul dejun.

Se ia un comprimat de argilă verde înainte de mesele principale cu un pahar de apă călduță.

Masca aplicată în zona cervicală se ține acoperită 60 de minute în fiecare zi, până la ameliorare.

Hemoroizi

Se aplică masca şi se ține timp de 30 de minute, fără a se acoperi.

Herpes genital

Se aplică masca pe herpes de 2 ori pe zi, timp de 30 de minute, nu se acoperă. Se aplică tratamentul până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Epuizare nervoasă

Seara, înainte de culcare, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă să stea toată noaptea, iar dimineața se bea conținutul.

În zile alternative, se fac băi cu argilă verde fină.

Faringită

Se aplică masca în jurul gâtului timp de 30-60 de minute, se reia de 2 ori pe zi până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alterna-

tiv, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Furunculoze

Se aplică masca pe zona afectată de 2 ori pe zi timp de 30 de minute, se aplică tratamentul până la vindecare fără a se acoperi apoi continuați tratamentul o dată pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Fragilitate capilară

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute în fiecare zi.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Fracturi

Pe membrele convalescente, masca se ține acoperită timp de 30-60 de minute zilnic, până la vindecare.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Gastrită

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde pentru uz oral într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Masca se aplică pe stomac timp de 30-60 de minute.

Degerături

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute în fiecare zi până la vindecare.

Gingivita

Se clăteşte gura cu argilă fină pentru administrare pe cale orală adăugată în apă. Se masează gingiile cu o pastă de dinți ce conține argilă verde şi ulei esențial de salvie.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Balonare pre-menstruală

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 minute, o dată pe zi.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Impetigo

Se aplică masca şi se ține neacoperită 30 de minute, alternând zilele, timp de 2 luni.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Insolație

Se aplică masca pe frunte şi tâmple şi se ține, fără să se acopere, 30 de minute.

Se repetă de câteva ori pe zi. Urmați un tratament de băi reci pentru picioare cu argilă verde fină, timp de câteva zile.

Insuficiență hepatică

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde pentru uz oral într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Se aplică masca pe zona afectată şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute zilnic, timp de 1-2 luni.

Intoxicație

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde pentru uz oral într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Îmbătrânire

În acest caz, argila verde îşi arată toată puterea deoarece este foarte bogată în forțe plastice care au un efect puternic anti-îmbătrânire asupra corpului şi pielii.

De 3 ori pe zi, înainte de mesele principale, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde pentru uz oral într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute, apoi se bea întreg conținutul.

Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de trei ori pe zi, dimineața, la micul dejun şi înainte de mesele principale.

Se recomandă baie cu argilă verde fină de 2 ori pe săptămână.

Masca se aplică pe față.

Laringită

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute, o dată pe zi, până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Leucoree – scurgeri albe

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Lumbago

Se aplică masca şi se ține timp de 30-60 de minute, chiar de 2 ori pe zi, în fază acută. Continuați astfel tratamentul timp de o lună.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Menopauză

Se recomandă baie/spălări cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Dimineața la micul-dejun se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Menstruație dureroasă și neregulată

Masca se aplică în zona pubiană timp de 30-60 de minute zilnic, de-a lungul ciclului menstrual, chiar și de 2 ori pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se

amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Meteorism (balonare)

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul-dejun.

Se aplică masca pe burtă şi se ține 30-60 de minute acoperită, de 3 ori pe săptămână.

Micoză cutanată

Se aplică masca şi se ține acoperită timp de 30-60 de minute în fiecare zi până la vindecare.

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte

de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Nervozitate

Seara înainte de culcare se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă toată noaptea, iar dimineața se bea conținutul. Sunt indicate băi cu argilă verde fină.

Masca se aplică pe cap şi se ține 30-60 de minute fără a se înveli, de 2 ori pe săptămână.

Se recomandă folosirea unui şampon pe bază de argilă.

Nevrită

Se aplică masca şi se lasă 30-60 de minute, de 2 ori pe zi în fază acută; se continuă tratamentul până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Ochi inflamați

Masca se aplică pe pleoape şi pe frunte, se lasă 30-60 de minute în fiecare zi până la ameliorare. Dimineața ,la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Oxiuri

Masca se aplică pe burtă, se acoperă, şi se ține 30-60 de minute în fiecare zi, timp de o lună.

Seara, înainte de culcare, se iau 2 comprimate de argilă verde fină până la vindecare. Este indicată folosirea unui şampon ce conține argilă.

Paraziți intestinali

(la fel ca pentru oxiuri)

Panarițiu

Se aplică masca şi se ține acoperită, cu un bandaj, de mai multe ori pe zi până la vindecare.

Răni

Se aplică masca şi se ține fără a fi acoperită, timp de 30-60 de minute în fiecare zi până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Micoza piciorului

Se aplică masca şi se ține timp de 30-60 de minute, o dată pe zi, până la vindecare.

Seara se fac spălări cu o soluție compusă din apă călduță şi jumatate de lingură rasă de argilă verde la fiecare jumătate de litru de apă. Pudrați între degetele de la picioare pudră de talc protectoare cu argilă verde şi uleiuri esențiale.

Pioree

(la fel ca pentru gingivită)

Muşcături/înțepături de insecte

Se aplică masca direct pe înțepătură.

Radioactivitate

În caz de contaminare radioactivă, de trei ori pe zi, înainte de masa principală, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală,

într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul.

Alternativ se pot lua 2 capsule de argilă verde fină de 3 ori pe zi, dimineața, la micul dejun și înainte de mesele principale.

Se administrează 3 comprimate de argilă verde, înainte de mesele principale, timp de două luni.

Se recomandă băi cu argilă verde fină o dată pe săptămână și folosirea unui șampon cu argilă verde.

(Pentru aprofundarea acțiunii argilei în acest caz, este indicat să se citească lucrarea lui G. Fusconi, "Fall-out Radioattivo e Contromisure Alimentari", *Le Scienze* nr. 254 din 1989)

Răceală

Se aplică masca pe frunte și pe nas, se ține 30-60 de minute, în fiecare zi, până se ameliorează starea.

Se recomandă baie cu argilă verde fină de 3 ori pe săptămână.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Reumatism

Se aplică local măşti calde, se ţin 30-60 de minute, în fiecare zi, până se observă o ameliorare. Continuaţi tratamentul alternând zilele timp de o lună.

Dimineaţa, la micul dejun, se dizolvă o linguriţă rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea supranatantul sau apa argiloasă. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineaţa, la micul dejun.

Sunt indicate de trei ori pe săptămână băi călduţe cu argilă verde fină.

Cură/Tonifiere

Se aplică masca pe piept şi se ţine 30-60 de minute, de trei ori pe săptămână.

Dimineaţa, la micul dejun, se dizolvă o linguriţă rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conţinutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineaţa, la micul-dejun.

Rinită

(la fel ca pentru răceală)

Arsuri

Se aplică masca pe zona afectată şi se ține 30-60 de minute, de 2 ori pe zi.

După ce ați îndepărtat masca, este indicat să aplicați pe arsură o emulsie improvizată compusă din parți egale de apă şi ulei de măsline.

Se reia acest tratament în fiecare zi, chiar şi de 2 ori pe zi, până la vindecare.

Arsuri provocate de meduze

Masca se aplică pe arsură pentru 30-60 de minute, chiar şi de 2 ori pe zi.

Seboreea scalpului

Se aplică masca de păr de 3 ori pe săptămână şi se ține 30 de minute.

Folosiți un şampon cu argilă.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argila verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Seboree facială

Se aplică masca pe față de 3 ori pe săptămână şi se

ține 30 de minute, până se ameliorează.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Sinuzită

Se aplică masca pe nas şi pe frunte, se lasă 30-60 de minute, în fiecare zi timp de o lună.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Entorse

(la fel ca şi pentru contuzii)

Oboseală

Se aplică masca pe piept şi se lasă 30-60 de minute în fiecare zi, timp de o lună.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță

rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Constipație

Se recomandă baie cu argilă verde fină de 3 ori pe săptămână.

Se iau 2 capsule de argilă verde cu jumatate de pahar de apă călduță, de 3 ori pe zi înainte de mesele principale.

Stomatită

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se iau 3 capsule de argilă verde cu jumătate de pahar de apă, de 2 ori la prânz şi seara, înainte de mâncare. Este indicată folosirea pastei de dinți ce conține argilă verde şi salvie.

Supurări

Se aplică masca pe zona cu puroi şi se ține 30-60 de minute, de 2 ori pe zi până la vindecare. Sunt indicate spălări cu săpun din argilă şi propolis.

Torticolis

Se aplică masca şi se ține 30-60 de minute, chiar şi de 2 ori pe zi, până la vindecare.

Tuse

Se aplică masca şi se ține pe piept 30-60 de minute, până la vindecare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Transpirație excesivă

Se recomandă baie cu argilă verde fină o dată pe săptămână.

Pentru zonele intime, se foloseşte pudra de talc şi ulei esențial.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale

orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se mestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Ulcer gastro-duodenal

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Se administrează 2 comprimate de argilă verde înainte de mesele principale.

Datorita pH-ului său scăzut, argila verde reduce aciditatea.

Masca se aplică în zona gastrică şi se ține 30-60 de minute în fiecare zi până la ameliorare.

Sunt indicate băi calde cu argilă verde, o dată sau de 2 ori pe săptămână.

Inflamații urinare

Se aplică masca în zona lombară, se ține 30-60 de minute zilnic până la ameliorare.

Dimineața, la micul dejun, se dizolvă o linguriță rasă de argilă verde aerată pentru utilizare pe cale orală, într-un pahar cu apă minerală decarbogazificată, se amestecă bine în sensul acelor de ceasornic, se lasă 5 minute să stea, apoi se bea întreg conținutul înainte de mesele principale ale zilei. Alternativ, se pot lua 2 capsule de argilă verde fină o dată pe zi, dimineața, la micul dejun.

Capitolul V
Igienă și cosmetică

Părul

Părul nostru, din cauza mai multor factori, cum ar fi o alimentație dezechilibrată, fumatul de zi cu zi, cafeaua şi alcoolul, o viață trăită într-o atmosferă stresantă şi poluantă, are de suferit. Pentru a înțelege mai bine această suferință a părului, trebuie să ni-l imaginăm ca pe nişte flori care pe de o parte sunt înrădăcinate în pământ, respectiv în piele, prost hrănite şi într-o continuă tensiune, şi pe de altă parte, trăiesc cufundate într-o atmosferă poluată de fum şi funingine. Pentru a revitaliza părul şi scalpul, o dată pe săptămână, se poate aplica pe ele masca pentru păr. (asigurați-vă că produsul ajunge până la scalp) E necesar să se aplice masca pe părul umed şi este la fel de necesar să se țină 5-10 minute masca pe cap, înfăşurând după aplicare capul cu un prosop sau o bonetă, pentru a împiedica răcirea.

Se clăteşte părul cu apă caldă şi în cazul în care după clătire, părul este unsuros, se spală cu şampon.

Se recomandă folosirea unui şampon pe bază de argilă verde.

Gura

Este destul de comun în zilele noastre ca persoanele de ambele sexe şi de vârste diferite, să acuze disconfort la nivelul gingiilor având inflamaţii şi sângerări.

De un mare ajutor este pasta din argilă verde şi salvie, care nu face spumă, nu conţine conservanţi sau coloranţi care ar putea irita şi mai mult gingiile inflamate şi sensibilizate. Gelul din argilă verde prezent în pasta de dinţi, curăţă dinţii şi gingiile în mod natural acţionând şi ca decongestionant şi ca anti-inflamator. Este recomandabil ca în timpul periajului zilnic să masaţi îndelung gingiile, pentru a permite un contact cât mai bun între acestea şi gelul de argilă verde conţinut în pasta de dinţi.

Faţa

În cosmetica facială, argila a jucat întotdeauna un rol primordial. Deja egiptenii antici o foloseau sub formă de mască pentru curăţarea feţei şi a corpului, pentru a favoriza circulaţia periferică, pentru a tonifia şi a întări unele părţi ale corpului, cum ar fi sânii, coapsele, fesele. Acelaşi lucru l-au făcut mai târziu femeile grecoaice şi romane. Este de subliniat faptul că argila verde, prin natura sa, modelează şi dă formă părţilor corpului cu care vine în contact, datorită forţelor sale plastico-dinamice.

Corpul

Pentru igiena personală poate fi utilizat atât praf de argilă cât şi unele produse derivate din aceasta, inclusiv săpun şi talc. Săpunul cu argilă acţionează ca un detergent natural. Prin talc argila funcţionează ca deodorant şi are o acţiune antiseptică.

Talcul din argilă este recomandat pentru utilizarea în igiena personală în cazul transpiraţiei axilelor, a degetelor de la picioare şi părţilor intime ale corpului. În aceste cazuri argila absoarbe şi neutralizează aciditatea produsă de transpiraţia excesivă.

Băi polivalente

Baia cu argilă verde serveşte mai multor scopuri. Este curăţitoare deoarece absoarbe radicalii liberi şi particulele fine ce se depun pe piele, e relaxantă, decongestionează pielea, o face netedă şi compactă. Îndepărtează iritaţia şi roşeaţa, are o acţiune relaxantă asupra musculaturii corpului, similară cu cea efectuată de crema din argilă sau masca de bază. E recomandabil să repetaţi băile cu argilă verde fină cu o anumită regularitate, cel puţin de două ori pe săptămână, timp de un sezon. Pe lângă băile obişnuite, puteţi încerca băi pentru mâini şi picioare. Acestea din urmă sunt indicate în special pentru micoza piciorului, pentru transpiraţia excesivă a picioarelor, degerături şi umflări ale picioarelor din cauza proastei circulaţii. Pentru a pregăti corect baia cu argilă verde fină, procedaţi

astfel:

- În cada plină cu apă caldă se adaugă patru pumni de argilă verde fină. De îndată ce argila ajunge pe fundul căzii, se dispersează şi se ridică la suprafață, formând un fel de nor.

- În timpul băii, mişcările mâinilor şi ale picioarelor țin în suspensie argila care va înconjura suprafața întregului corp. Baia cu argilă nu murdăreşte pielea, prin urmare, nu este recomandabilă clătirea atunci când se iese din cadă.

- Pentru a face o baie pentru mâini sau picioare, procedați astfel: Într-un lighean sau bideu plin cu apă caldă se adaugă o lingură de argilă verde fină se amestecă şi apoi se face baie.

Se opreşte atunci când apa s-a răcit.

Menționăm că argila verde poate fi folosită pentru a absorbi excesul de clor din rețeaua de apă a marilor oraşe. ½ lingură de argilă verde aerată pentru uz oral, într-un litru de apă se mestecă bine şi se lasă să stea peste noapte, în dimineața următoare se bea apa purificată şi bogată în oligoelemente şi săruri minerale provenite din argila verde.

Cuprins

Prezentarea noii ediții..... 7
Introducere..... 9
Introducere în ultima ediție..... 13
Introducere la ediția în limba română..... 15

Capitolul I: Argila din punct de vedere istoric..... 17

Capitolul II: Argila verde aerată. Argila fină şi argila densă..... 23
Cum se caracterizează argila..... 26
O imagine a argilei poliminerale..... 27
Importanța fierului în argilă..... 29
Argila verde uscată la soare şi la aer..... 31
Argila verde uscată la soare pentru uz oral..... 33
Argila verde pentru uz extern..... 36

Capitolul III: Argila şi forțele naturii..... 39
Genul şi acțiunea polivalentă a argilei..... 44
Acțiunea argilei asupra organismul uman..... 45
Argila şi cele şapte metale..... 46
Polaritatea siliciu-calciu..... 50
Diviziunea tripartită în argila verde..... 51
Considerente despre gelul din argilă..... 53
Ritmul şi argila..... 55
Câteva rețete cu argilă verde..... 56
Mască de bază sau cremă din argilă..... 56
Mască pentru ten uscat..... 57
Mască pentru ten normal..... 57
Mască pentru ten gras, acnee şi coşuri.....57
Mascapentrugât(hidratantă, elasticizantă).....58
Mască pentru bust (pentru fermitatea pielii – împotriva vergeturilor)...58
Mască pentru fese (de întărire – împotriva vergeturilor)..... 58
Mască pentru abdomen (împotriva umflării şi vergeturilor)..... 59
Mască pentru spate (relaxantă)..... 59
Mască pentru vergeturi..... 59
Mască pentru păr (dă volum şi fortifiază părul)..... 59
Baie anticelulită..... 60
Spălările vaginale..... 60
Băi relaxante pentru mâini şi picioare..... 61

Capitolul IV: Câteva sfaturi pentru folosirea corectă a argilei verzi 63
Aciditate la stomac.... 65
Acnee.... 66
Balonare.... 66
Afonie – pierderea vocii.... 67
Afte.... 67
Alcoolism.... 68
Halitoză.... 68
Alergie.... 68
Anemie.... 69
Arterioscleroză.... 69
Alte dureri.... 70
Artroză.... 70
Abcese.... 71
Căderea de calciu.... 71
Căderea părului.... 72
Carii / durere de dinți.... 72
Indigestie.... 72
Cefalee.... 73
Celulită.... 74
Cistită.... 73
Colesterol.... 74
Colici intestinale.... 75
Colită.... 75
Contuzii.... 76
Cuperoze.... 76
Decalcifiere.... 76
Demineralizare.... 77
Dermopatie - boli de piele.... 77
Diaree.... 78
Dizlocări.... 78
Dureri articulare.... 78
Dureri de burtă.... 79
Eczema.... 79
Edem – umflare a țesuturilor și stagnare în acumularea de lichid seros.... 79
Hematom.... 80
Dureri de cap.... 80
Hemoroizi.... 80

Herpes genital..... 81
Epuizare nervoasă..... 81
Faringită..... 81
Furunculoze..... 82
Fragilitate capilară..... 82
Fracturi..... 83
Gastrită..... 83
Degerături..... 83
Gingivită..... 84
Balonare pre-menstruală..... 84
Impetigo..... 84
Insolație..... 85
Insuficiență hepatică..... 85
Intoxicație..... 86
Îmbătrânire..... 86
Laringită..... 87
Leucoree – scurgeri albe..... 87
Lumbago..... 87
Menopauză..... 88
Menstruație dureroasă şi neregulată..... 88
Meteorism (balonare)..... 89
Micoză cutanată..... 89
Nervozitate..... 90
Nevrită..... 90
Ochi inflamați..... 91
Oxiuri..... 91
Paraziți intestinali..... 91
Panarițiu..... 91
Răni..... 91
Micoza piciorului..... 92
Pioree..... 92
Muşcături/înțepături de insecte..... 92
Radioactivitate..... 92
Răceala..... 93
Reumatism..... 94
Cură/tonifiere..... 94
Rinită..... 94
Arsuri..... 95

Arsuri provocate de meduze..... 95
Seboree a scalpului..... 95
Seboree facială..... 95
Sinuzită..... 96
Entorse..... 96
Oboseală..... 96
Constipație..... 97
Stomatită..... 97
Supurări..... 98
Torticolis..... 98
Tuse..... 98
Transpirație excesivă..... 98
Ulcer gastro-duodenal..... 99
Inflamații urinare..... 99

Capitolul V: Igienă și cosmetică..... 101
Părul..... 103
Gura..... 104
Fața..... 104
Corpul..... 105
Băi polivalente..... 105

Contact

Giuseppe Ferraro
Manualul Argilei

Argila este o sursă neprețuită pentru starea de bine, wellness, grație calităților sale extraordinare curative şi cosmetice.

Ea este, de fapt, unul din cele mai puternice remedii naturale cu nenumărate proprietăți terapeutice recunoscute de secole: de la gastrite la migrene, de la menopauză la răceli, de la acnee la celulită, sunt atâtea boli care se pot trata cu această versatilă substanță naturală.

Şi nu numai: argila e un produs cosmetic de bază în îngrijirea pielii, părului, tenului şi sânilor.

În "Manualul Argilei", dr. Giuseppe Ferraro, unul din cei mai importanți cunoscători ai acestui extraordinar remediu, prezintă într-o manieră clară şi aprofundată proprietățile sale excepționale, subliniind proveniența, compoziția şi rolul fundamental pe care-l are argila în medicina naturistă.

Giuseppe Ferraro, *după licențierea sa în Ştiințele Biologice, a aprofundat timp de aproximativ 30 de ani studiul argilei şi efectele sale atât în domeniul terapeutic cât şi al cosmeticelor, atât din punct de vedere ştiințific tradițional cât şi în mod special din punct de vedere antropozofic, devenind unul din cei mai mari experți în acest domeniu. A fondat societatea ARGITAL al cărei scop e studiul şi producția produselor pe bază de argilă*. Rezultatele studiilor sale au fost publicate şi în paginile celor mai cunoscute reviste de specialitate, transmisii televizate şi radiofonice.*

* În România Argital este reprezentată de Pronat. (**www.argital.pronat.ro**)